

おれんげニュース

No. 232

2009年7月号

九重の紅どうだん 2009年6月7日

★集会・委員会・行事関係のお知らせ★

★山行の一步は会合から★

	7月			8月		
運営委員会	7日(火)	19:30~22:00	西諫早公民館	11日(火)	19:30~22:00	西諫早公民館
ひまわり集会	3日(金)	13:30~15:30	西諫早公民館	7日(金)	13:30~15:30	西諫早公民館
全体集会	21日(火)	19:00~22:00	西諫早公民館	25日(火)	19:00~22:00	西諫早公民館



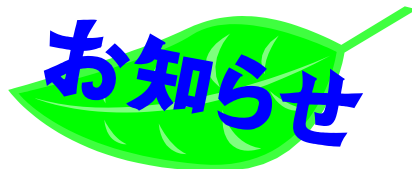
7月の山行計画

部	山行部	技術研修部	自然保護部ひまわり合同企画	自主山行
月 日	5(日)	11(土)~12(日)	29(水)	24(金)~28(火)
山 名 (行事)	みぎたがだけ 右田ヶ岳(426m)	高千穂・韓国・中岳 縦走	とどろき溪谷から 多良岳へ	北アルプス 穂高岳(3190m)
地 図	山口県防府	高千穂峰・韓国岳・ 日向小林	多良岳	上高地・穂高岳
集合場所	JR 諫早駅裏 6:00 JR 西諫早駅 6:10	JR 諫早駅裏 6:00 JR 西諫早駅 6:10	JR 西諫早駅 8:00	JR 諫早駅 16:04 発
帰着時間	20 時頃	12 日 20 時頃		長崎空港 19:15 着
歩行時間	3 時間半	1 日目 3 時間 2 日目 5 時間		約 20 時間
難 易 度	初心者向き	一般向き	一般向き	健脚向き
交通手段	マイクロバス	マイクロバス	マイカー	往:新幹線・夜行バス 復:バス・JR・飛行機
宿泊施設	なし	えびの高原	なし	山小屋
温 泉	有り	有り	なし	有り
参 加 費	5,000 円			95,000 円
申込期限	満員になり次第〆	満員になり次第〆	7/25	〆切
集 約	松園朱實 0957-26-6895	米田テイ子 0957-26-0146	江崎幸子 0957-26-4819	鎗水律夫 0957-26-2720
備 考	巨岩の鎧をまとう 展望絶景の名山! 山口県下人気ナンバーワンの山。	悠然たる霧島連山 を縦走します。 今は道が整備されて いて歩きやすい。	オオキツネノカミ ソリ鑑賞	
感想提出	15 日(水)マデ	21 日(火)マデ	8 月 8 日(土)マデ	



8月の山行計画

部	ひまわり山行部	山行部	自然保護部	技術研修部
月 日	14(金)	22(土)～23(日)	26(水)	未定
山 名 (行事)	おおひらやま 太平山(330, 6m)	行藤山(830m) 比叡山(760m)	轟滝～烽火山	白鳥山・時雨岳
地 図	伊万里	祖母、大崩山地		
集合場所	JR 西諫早駅 8:00	JR 諫早駅裏 6:20 JR 西諫早駅 6:30	JR 西諫早駅 8:00	JR 諫早駅裏 6:00 JR 西諫早駅 6:10
帰着時間	16 時頃	19:00 頃	17:00 頃	
歩行時間	3 時間	1 日目 3.5 時間 2 日目 5.0 時間	5 時間	
難 易 度	初心者向き		易しい	
交通手段	マイカー	マイクロバス	マイカー・歩行	
宿泊施設	日帰り	行藤青少年の家 又は丹助小屋	日帰り	
温 泉	あり	あり	なし	
参 加 費	2,000 円	10,000 円		
申込期限	8/7	満員になり次第	8/20	
集 約	江崎 幸子 0957-26-4819	中須賀 孝正 0957-26-5153	水江 美栄子 43-4947	
備 考	頂上からは、大野岳、八幡岳・黒髪山・国見山系、伊万里湾と素晴らしい展望が開けています。			
感想提出	8/24(月)マデ	9/2(水)	9/5(土)	



技術研修部から

月 日 7月25日(土)
 場 所 小川内谷 左俣
 集 合 J R 西諫早駅前 8時30分
 沢登りは平日、
 (例) 第二、第四木曜日、ゆとりバンクで実施します。
 *なお、6/27 沢登りは中止です。



平和担当から

2009年 国民平和大行進長崎県内幹線コース

県内コースは8月1日に、佐賀県から行進を引き継ぎます。
 「平和なくして登山なし」オレンジハイキングクラブからも多くの方の参加を
 お願いいたします。 宮島茂吉 (県連)

月・日	時間	コース	距離(km)
8月1日(土)	11:30	佐賀県境集合	6.0
	12:00	出発	
	12:30	早岐駅前(昼食)	
	14:00	早岐駅前出発	
	16:00	ハウステンボス駅前着 解散	
8月2日(日)	9:00	ヤマサキストア一前集合(川棚)	17.0
	12:30	川棚駅前(昼食)	
	16:00	東彼杵町役場前着 解散	
8月3日(月)	9:00	東彼杵町役場前集合	19.5
	9:20	出発	
	10:10	千綿駅前	
	11:30	松原駅前(昼食)	
8月4日(火)	16:30	大村市役所前(解散)	18.0
	9:00	大村市役所前集合	
	9:20	出発	
	11:00	鈴田峠(昼食)	
8月5日(水)	16:00	西諫早駅前(解散)	14.0
	9:30	西諫早駅前集合	
	9:50	出発	
	11:10	多良見町支所(昼食)	
8月6日(木)	15:30	日見公園着(解散)	15.0
	10:00	日見公園集合	
	10:20	出発	
	12:30	市民会館前(昼食)	
	17:00	平和公園(中心地)終結 集会 解散	

町の例会

月 日	8月1日(土)	19:00
場 所	諫早市内	
参加費	男性：5,000円	女性：4,000円
集 約	松本 ☎ 095-838-6420	松園 ☎ 0957-26-6895



5月・6月の山行報告

09年5月21日(木)～22日(金) 球磨、五木の山、九州脊梁山地最奥の山を巡る

一泊二日で1000m峰六座

国見岳(1030m)

白髪岳(1244m)

六本杉山(1148m)

国見山(1271m)

平石山(1129m)

高塚山(1508m)

<参加者> 川原他3名

<感想>

一昔前までは2時間、3時間かけて登っていた山々である。林道の開通で短時間で山頂に立てるようになった。

それにしても1000mを超える高さの山に違いはなく、加えて九州の背骨をなす脊梁山地の奥深くにあって、山の気配は濃厚に漂う。林道の開削によって傷ついた山肌を見るのは悲しいが都市部や市街地から離れたところにある、山仕事の人以上に訪れる人も殆ど無いので、辛うじて自然は保たれている。

5月21日、朝6時過ぎのフェリーで有明海を渡って、高速道を菊水～松橋で下り、国道3号線を宮原で左折し県道を五木へ向かう。急な坂道を左右にカーブしながら上っていくと、少し開けた窓からはいつてくる風が冷たさを感じて間もなく、10時前に大通り峠についた。

峠の茶屋で陶芸家でもある茶屋の主人から、五木産の茶をご馳走になった。五木は高冷地なので無農薬で良い茶が出来るそうである。

この主人は佐世保の出身で、母親の実家は波佐見の窯元とのこと。長い顎鬚をたくわえたものしずかな紳士である。暫く陶器を見せていただき湯呑など買った。これから行く端海野に窯はあるとのこと。

ここから最初に登る国見岳を目指して更に山奥へと向かう。舗装はされているが、狭い曲りくねった道で目が痛くなるような新緑の覆い被さる道である。

約4キロで林道が山頂に最も近づく辺りで、少し広くなった所に車を置いて出発。杉林中の落ち葉の深く降り積もった、ふわふわする緩い斜面を登ること7分、きついと思うこともなく山頂に着いた。見晴らしはないが山頂は明るく開けており三角点と国見岳の標識があった。モールの様な苔と竹煮草が少し生えていた。



六本杉山は端海野の集落を過ぎて間も無く、鋭角カーブを左折し未舗装の道を走って右手に電波塔が見え、上下に道が分かれる所を左へ上がってすぐの路肩に車を止めて斜面を登る。ここも杉林の中の落ち葉の降り積もった柔らかくて緩い傾斜である。きついと思う間も無く7分で山頂に着いた。見晴らしはないが感じの良い樹林の中に三角点と標識があった。

端海野の集落は現在三戸が常住で山仕事、高冷地野菜、椎茸などで生計を立てているようだ。分校の教室がキャンプ場の管理棟になっている。

子別峠から子別峠の集落へ下り民宿を確認した。ここも限界集落といわれる所で、僅かな住まいしか無かった。

集落の東側にある平石山へ向かう。平沢津への峠を下りかけて間も無く、右へ未舗装の林道へと入る。

山頂に近い地点、少し広くなった所へ車を置いて急な斜面の杉林の中を南尾根を目指す。

5分で尾根に達したが、そこから山毛櫨や椎の雑木林となり、その間を篠竹がびっしり埋め尽くし前進することを困難にした。出発して30分その大半を篠竹との格闘ともいえる藪漕ぎに費やした。

その後、そこだけは丸く開けた小広場の山頂に着いた。三角点と標識が設置してあった。

登山道はなく山頂に人を寄せつけないように、周りを篠竹が厚く密生して守っているようだ。

「こんな藪漕ぎはしたくない」、もっと楽な道を下ろうと、来た道をとらずに北東側へ下ったがこれが失敗で、長い下山となって子別峠の近くへ降りてしまった。無駄な時間を取ってしまい、間も無く午後1時を過ぎようとしていた。平沢津への道に出て昼食にした。

「来年この辺りに来てもこの山は除外しよう」と話し合った。

林道に置いてきた車を取りに、私は一足先に歩いていると通りかかった近くの人に車で



送って貰った。間も無くこの山奥に一軒ある民宿の人の車に乗せてもらって、同行の3人もやってきた。平沢津へ下る途中、道の脇の鹿除けネットに角を絡ませて鹿が白骨化していた。角だけは誰かが取っていったそうである。

平沢津の椎葉集落も一軒は平家の末で、後の5所帯はその家に従ってきた従者だそうだ。分校は廃校となり体育館だけが集会所として使用されていた。

白髪岳へ向かう途中道を間違え30分ほどロスした。未舗装の道と記憶していたからである。そこより先、今や完全に舗装されて立派な林道となっていたのである。

この頃から雨が降りだし風も激しく吹き帽子を飛ばされるほどになっていた。

間も無く午後3時になろうとしていた。この山は明日にと判断して国見山登山口へと下っていく。地形の影響か、それほど離れていないのに風は止んでいた。

林道脇の広場に車を止め、雨具を着けて登った。杉林を抜けると雑木の林となり国見山山頂に近づくにつれて傾斜は急で滑りやすくなった。皆さん健脚で20分で山頂へ着いた。

三角点だけあり、山頂標識は朽ちて腐った杭だけが残っていた。

椿という地名の集落へ下り、橋を渡って子守歌の里、頭地へ午後4時前に着いて温泉へ。

午後5時には竹の川のロータリーヒュッテに着いた。雨露凌げるのは嬉しいことである。

強い雨音と雷鳴を心地よく聞いて楽しい晩餐となった。入山祝いの美酒「良寛さん」を沢山戴いた。

22日、川の流れる音を雨音と聞いて、目を覚ました。あれ程酒を戴いたのに目覚めも心

地よかった。本物はやはり良い。

8時に出発して舗装はしてあるが細い曲りくねった道を白蔵峠へと向かう。峠まで23キロ、山の中の道は本当に長い。目的の高塚山は林道を利用すれば山頂までかなり近づけそうである。白蔵峠から尾根を辿れば篠竹の藪漕ぎで大変と聞いた。高塚山方面へ暫く行くと山仕事をしている家族にであい登山道を聞くことが出来た。車で10分ほど行くと道路右側が広がっていて、そこから幅1m程の登山道があると云うことだった。約7分でそこへ着いた。白蔵峠から3.5km地点であった。後はこの道を辿るだけである。

整備された登山道の両側は山毛櫨の美林である。時に3人で抱き回すほどの巨木もあった。朝からの霧雨のせいで幹を雨水が濡らして滴り落ちている。山毛櫨は雨水を集める樹なのだ。標識は一本もなく、篠竹の中の踏み跡に惑わされて道を間違えた。騙しピークに何度も騙されたが、一時間で山頂に着いた。途中道を惑わされなければ40分で着いたろう。

標識は一本もないが立派な登山道が頂上まで続いている。とにかく真っ直ぐ、山毛櫨の樹の茂る中を進んで行けばいい。岩場もなく石塊もない柔らかい土を踏む感触も心地よかった。地味な山だが落ち着いた雰囲気、深い山で「玄人向きの山」である。

白蔵峠から、来た道を引き返す。長い道、今度は下り一方である。五木村頭地に着いたとき正午になっていた。物産館の休憩所で昼食、ここで食べた豆腐は美味しかった。近くの店で「山うにとろふ」を買って出発。

昼前から天気にも恵まれた。昨日登らなかつた白髪岳へ向かう。椿の集落から橋を渡り、登山口まで上がり一方の道を行く。深山晩翠碑を過ぎ昨日登った国見山登山口を過ぎ、白髪山登山口へ着いたのは午後1時過ぎである。登る距離は短いが傾斜は急である。山頂まで7分。三角点と標識があった。山頂近くはヤマシャクヤクとヒトリシズカの群生地である。いつ迄もこの山が荒らされなければいいがと思う。

小鶴の集落へ下り、大通り峠の茶屋で今日も美味しいお茶を戴いた。

長洲を15:40のフェリーに乗って諫早へ。

家に帰ってからも、心と体に新緑の緑が染みついた様な感じがしている

(川原 記)

5月24日(日) 阿蘇山系登山

<参加者> 松園、川原、井星、山下、山口い、岩永幸、篠原、米田、田中静、
鎗水、金丸、松尾、中村士、田村、福岡、兵庫、中須賀
こもれび(宇野、村川、石倉)

計20名

<感想>

今日は5月24日待ちに待った阿蘇山系登山の日である。朝4時50分起床、天候は晴れ、日頃の行いが良いからと勝手に思う。気分も上々である。諫早駅には6時20分集合との事。

主人が送ってくれる、大助かり、ありがとう、感謝々々です。

実は初めての登山のため何日も前から楽しみと不安で複雑な心境でした。前日は弁当、お風呂の用意やら、何回も点検。5時50分自宅を出発。諫早駅でマイクロバスを見つけ一安心。諫早で3人乗り、西諫早駅で14人、東彼杵インターで「こもれび」の方が3人、全員揃ったとこ



ろで一路、阿蘇に向かった。

これまでひまわりのハイキングに 3 回参加させて頂き、お陰で顔見知りの方が何人かおられ少し安心……。しかし登山計画書を頂いたとたん、びっくり、感想文を書く役目。これは、のんびり出来ないとちょっと心配。作文など何十年も書いてないし、漢字など、ずいぶんと忘れていて、どうしましょう。幸いに人見知りもあまりないし、楽道家だし、感想文は思った事を書けばよいか……。開きなおりです。

バスは金立でトイレ休憩、朝ごはんを取る人もちらほら。益城熊本インターをおり、一路登山口に向う。そのうちに雄大な阿蘇のけしきが見えて来た。俵山、風車、時折、馬刺しの看板も……。風車にはアサヒビールと書いてあるなど殿方はそろそろ恋しくなった様子。赤牛もあちらこちらに。この辺りはもう田植も終り、緑のじゅうたんである。

南登山道を走り、いよいよ道も狭くなる。対向車が来ない様に願うばかり……。お陰でスムーズに行きました。

鍋の平キャンプ場に到着。車が行けるところまで行くとの事。ほんとうに狭い道で運転大変でしたね。御苦労様でした。途中うつぎの花が満開で私達を向えてくれました。



日曜日とあって車の多い事。バスはUターンして帰れるのか心配しながら私達はいよいよ歩いて出発です。

私は 1 班、前はベテランの川原さん。遅れない様にしっかりついていこうともくもく歩きました。も少し足が長いと楽なのに……。岩かがみ、舞鶴草が一生懸命咲いています。

写真を撮るゆとりもありません。途中、根子岳、鷲ヶ峰と説明をきいてもしっかり確認

出来ませんでした。高く険しい道もあちらこちら歩きやすい様に手を加えてあり整備の方々の苦勞が偲べれます。ほんとうにありがとうございます。

登っているうちにツツジが見えて来ました。緑とピンクのコントラストがすばらしく上から見下ろす風景はなかなか体験できません。ずいぶん高い所まで登って来た感動しました。60 歳過ぎて初めて味わった喜びです。週 3~4 回のウォーキングのおかげで私の足も元気です。足にも感謝……！

予定より少し遅く高岳山頂で待ちに待った昼食。あわてて作った弁当もなかなか格別です。1500m も高いところで食べる弁当ですから……。50 分の休憩で次は月見小屋を通り、中岳山頂へ。平坦だけど石がごろごろ月面を歩いている様な感じ。ここは全くツツジはありません。山の向きにより表情が全く違います。

1 時 20 分頃中岳頂上、到着。その後ロープウェイを横目で見ながら残り 40 分位ひたすら下りました。砂地で上りよりも大変です。ころんだらどこまでもすべりそう初めての体験です。皆、揃ったところで 3 時頃バスに乗り込む。お疲れ様でした。10 分位でかんぼの宿、楽しみにしていたお風呂です。4 時出発とのこと。ゆっくりできない、初めてで要領も悪い、遅れないようにしないと。ミストサウナ、も少しゆっくり入りたかったな……。

予定通り 4 時帰路に着く。途中ビール、おつまみを頂き、ほろよい気分で山の歌、思い出の歌、それに感想などを発表。疲れて寝る事もなく諫早に着くまで楽しい車中でした。

登山の自信も少し着きました。皆様に気使っていただき無事に終える事が出来ました。

ありがとうございました。主人も定年を向え終の住家として大阪から諫早に移住し、オレンジハイキングクラブに出会い楽しい日々を送れる喜びをかみしめています。

これからもよろしく願います。

(岩永幸子 記)



臯月朔日登阿蘇山
 (須賀山人)
迪坂復迪坂
看花還看花
到阿蘇東峰
頂正躑躅家

6月7日(日) 隠居岳、八天岳、国見岳

<参加者> 中須賀、米田、篠原、坂本、金丸な、田村み、中村か 計7名

<行程> 6:30 西諫早駅 出発～諫早高速～8:00 三河内 I C～ウォーカーズパーク
 ～8:30 登山口発～展望台～ツツジ公園～展望台～隠居岳～宇土越
 ～オサイ観音～11:00 八天岳～栗の木峠～12:00 国見岳(昼食)
 ～13:30 国見岳登山口発 14:30 世知原温泉(山の暖簾)～16:00 諫早解散

<感想>

最近の6時半出発は少しゆとりが有り、嬉しい。本日は、わざわざ下見山行して頂いたのに、参加者が少なく小型バスで出発した。

「ごく近場でこんな良い所があるのね」との声の如く、一部九州自然歩道もあり山道は整備されていた。

八天岳の三角点はテレビアンテナのフェンス横に埋もれている状態で、が



っかり。国見岳の山頂では、目線の高さでヤマボウシの満開の花に触れ、それをドレスのようにして写真撮影をする。車内では、皆の音が聞こえ、和気あいあいと、話がはずむ。「山暖簾温泉」露天風呂からの景色は緑に囲まれて心が安らぐ。爽やかな気候に恵まれラッキーな一日でした。

(中村かずえ記)



6月7日(日) 西日本女性担当者交流集会における九重登山

<参加者> 松園 山下 計2名

<感想>



オオブタとコブタのコンビで出席した会合と参加登山であった。前日の忙しいスケジュールを楽にこなすすばやいコンビなので山登りもつつい早足になる。

まず、松園さんが適当に選んでくれたコースが当たりだった。「紅ドウダンのトンネルコース」というのは3コースのなかの3番目だったが。まず九重といえば日差しの強い日はかなりこたえるのだが、瀬の本登山口からの登山なのでずっと林の中を歩く。登りになるにつれ紅ドウダンのきれいなこと！

いままで、こんなに赤い紅ドウダンはみたことがなかった。岩井川岳は行ったことないところで、このミヤマキリシマはちょうど尾瀬の浮嶋のようにあちこちに花の塊をうかべていた。この日は九重の山開きの日でもあって、何か神事でも行うのか、山伏のかっこうをした男性が(けっこうイケメン)4、5人すれ違って行き、後ろの方で、その方たちの吹くホラ貝の音が聞こえた。

扇ヶ鼻あたりは登山客も多くこの辺りで昼食タイムにならなくてよかったと思った。

一応標柱をバックに写真撮影をして牧の戸へと下りていく。なんだか年々登山道がすりへってるように思える。牧の戸から登ってくる人の多いこと。ラッシュである。1000円で高速を走れるせいか軽装で犬まで連れてくる人が多いのに疑問をおぼえる。

こちらの紅ドウダンは最初のと比べて色がピンクである。ミヤマキリシマは絨毯をしきつめた様。昼前に牧の戸について、九重少年自然の家に戻って昼食をとり、釜の口温泉で汗をながして、高速が混まないうちに家路についた。翌日、朝日新聞の朝刊に九重の航空写真が掲載されていた。

(山下ちず子記)

自然保護部から



毎日ひとこと

「一日一善之」ってご存知ですか。
毎朝、次のようなメッセージ(メール)が届きます。

部屋を見渡してごらん。
きれい? 散らかってる?

自分の部屋は、自分の心の現れだよ。
整理整頓しようね。

本気で学ぼうと思うなら、
どんなことからでも学べるよ。
草一本、木一本、雲一つからでも、
生き方が学べるんだ。

他人をうらやましいと思うより、
自分のいいところを見つけよう。
自分だけの役割があるんだよ♪

割り箸の98%は要らない木の利用ではなく、
中国などからの輸入材だよ。
マイ箸、はじめてみよう。

コーヒー飲むのを減らしてみない？
環境(熱帯林や輸送エネルギー)にも、大きな効果があるし、
かなりの節約(一日300円なら年間10万円)にもなるんだよ。

ネットワーク『地球村』代表 高木善之

ちょうしんき



登山の医学ハンドブックより、適宜抜粋して掲載します。
初回は、登山中に起こり得る症状の中から「むくみ」につ
いてです。

1. 浮腫(むくみ)は血管から水分が間質に漏れ出て**間質液**の増加した状態。
2. 軽度のむくみでは、顔面がなんとなく腫れぼったい感じで、まぶたに最も早期に現れる。
また、下肢の脛骨全面を指で押さえると圧痕が認められる。
3. 高度になれば顔面全体に及び、下肢全体も太くなる。
4. むくみが**顔面**や**下肢の両方**に認められる場合には、**心臓**や**腎臓**に病変が認められることが多い。
5. むくみが下肢の一方だけで、部位に発赤、熱感、自発痛、圧痛があれば**急性静脈炎**や虫さされなどの**局所的な炎症**が考えられる。捻挫や脱臼でも関節周辺にむくみが認められる。
6. むくみがあって、**呼吸困難**を伴う場合は**心不全**、**肺水腫**が考えられる。
7. むくみは急性高山病の症状とは関連が見られない。
8. 下肢にむくみがあれば疲労感が強く、歩くのが苦痛となる。
9. むくみは**利尿剤**の投与により、また下山すると容易に消失する。

ある日
あの山



5/24 阿蘇高岳



みヤマぼうし



阿蘇高岳のみヤマ霧島



阿蘇高岳の舞鶴草



ひとりしずか